

### Aktuell&Schnell

Nico war letzten Freitag da – er hat seine Drohne mitgebracht und tolle Bilder gemacht!



Wir ernten diese Woche für Euch: Bohnen, Möhren, Zucchini, Patisson Kürbis, Lauch, Sellerie, Petersilie, Rote Beete, Kohlrabi, Minispitzkohl, Kohlrabi, Gurken, Mangold und Kartoffel Sieglinde = frühe Sorte, gelbem, festkochendem Fleisch. Geschmack: ist feiwürzig bis leicht speckig.

Die letzten 4 mal war es übrigens die Kartoffel Annabell, fein und zart im Geschmack mit feiner Schale, festkochend!

Kunterbunt steht das Feld....Vielen Dank für die tollen Bilder!



Bunte Palette zum  
Sonntagsgrill und  
Suppengemüse



## Feld&Gemüse

*Jule schreibt:*

*Ich möchte die Geschichte erzählen, wie der Erntekorb letzte Woche zusammen kam... Nachdem wir geschaut haben was alles erntereif bzw. groß genug ist, haben wir Bohnen, Möhren, Patisson Kürbis und Kartoffeln am Donnerstag geerntet. Zucchini, Gurken und Sellerie wurde am Freitagmorgen geerntet. Dann stand noch die Frage im Raum, äh Feld – was machen wir mit all dem Mangold, der leider schon Samenstände ausgebildet. Zusätzlich müssen wir noch die Rote Beete ausdünnen – alle überflüssigen Pflanzen raus, damit wir große schöne Rote Beet für unser Winterlager bekommen.*



Rote Beete-Apfel Salat

*Zudem waren die Lollo Rosso auch leicht am Schießen, hatten jedoch für einzelne Anteile einen zu kleinen Kopf! Jede Woche müssen wir Fragen stellen – schafft es die Kultur noch in die nächste Woche, wie wird das Wetter? Ist das Gemüse nächste Woche schon holzig, geschossen oder zu bitter...*

*Da wir kein Gemüse verschwenden oder wegwerfen möchten, haben wir beschlossen alles in einen Topf zu schmeißen und einen bunten Pflücksalat zu machen. Verfeinert wurde dieser mit essbaren Kräutern und Blumen, die auch auf dem Feld wachsen. Ihr hattet also in Eurem Salat: roter und grüner Lollo Rosso, Mangold, Rote Beete, Melde, Koriander, Kornblumen, Ringelblumen, Dill, Buchweizen und 2 verschiedene Pfefferminze. Wir haben gesammelt und geputzt und gemischt was das Zeug hält. Leider hat die Verteilstrategie nicht gut funktioniert ; ) 2 Hände sind natürlich unterschiedlich groß, von uns missverständlich formuliert - und Ihr wart alles so solidarisch, dass noch viel in den Verteilerstellen übrig blieb! Das ist sehr nett von Euch, aber auch schade für den liebevoll gesammelten Salat. Der Punkt ist, dass Frischgewicht vom Pflücksalat oder Spinat sehr über den Tag variiert, bzw. wegen der Verdunstung immer weniger wird. Deswegen macht es wenig Sinn Euch die frischen Blattgemüse abwiegen zu lassen. Für den nächsten Pflücksalat oder Spinatanteil: Wir geben Euch keine Mengenangabe mehr vor (2 Hände usw.). Stattdessen schaut Ihr wie viele Leute nach Euch noch kommen. Es fehlen z.B. 5 Leute – dann nehmt ihr euch 1/6 der Menge für Euch heraus! Kommen nach Euch noch 8 Leute, nehmt Ihr Euch 1/9 der Kiste. Wir üben nochmal und wenn es wieder nicht funktionieren sollte, überlegen wir uns was Neues!*

*Noch kurz zur Rezeptfrage: Ich für meinen Teil habe den Stangensellerie mit Möhren zu einem Gemüsesud eingekocht und für spätere Gemüsebrühen eingefroren. Den Patisson Kürbis gab es als paniertes Schnitzel zu Kartoffelbrei und den Pflücksalat mit Zitronendressing angemacht, zu Pellkartoffeln und Rote Beete-Apfel Salat. Kleiner Tipp: Die Mini Rote Beeten (vom Ausdünnen) ungewaschen, sowie sie kommen in ein Topf, kochen und dann mit kaltem Wasser abschrecken. 5 Minuten stehen lassen – Wurzel abschneiden und danach geht ganz einfach die Schale mit den Fingern ab!*

Guten Appetit  
Eure Jule

*Euer Solawi-Team*

